



早寝早起き朝ごはん
シンボルマーク

練馬区立北町中学校

校長 中嶋 雅彦
栄養士 河口 由季

★ 食品ロスとは？

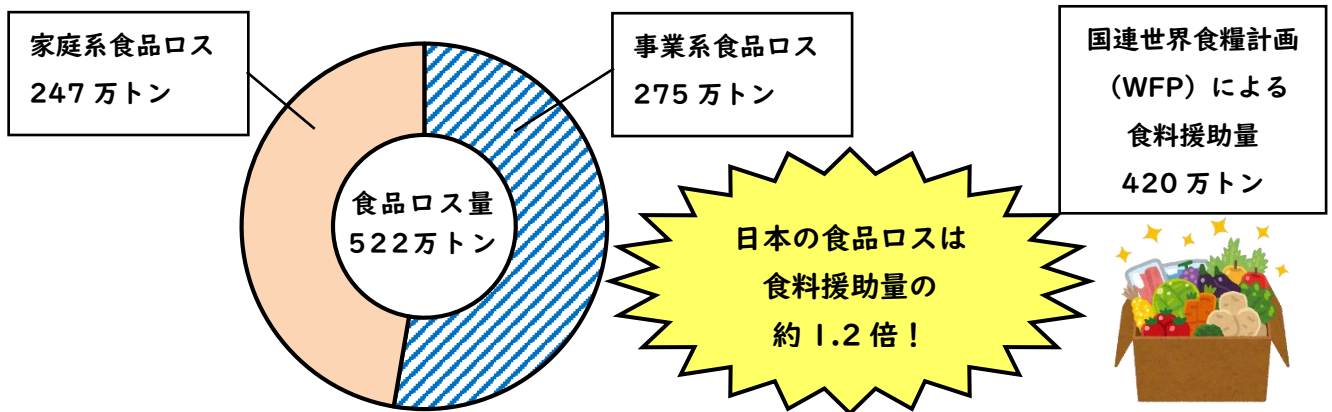
本来食べられるのに捨てられてしまう食品のことです。事業系食品ロスと家庭系食品ロスに分けられます。

【食品ロスの原因】

- ・ 事業系食品ロス：食べ残し、期限切れ等で販売できなくなった食べ物…など
 - ・ 家庭系食品ロス：食べ残し、過剰除去(※)、買いすぎて使いきれない…など
- ※ 過剰除去：皮を厚くむきすぎる、ヘタを取るときに食べられる部分も切る…など



★ 食品ロスの量

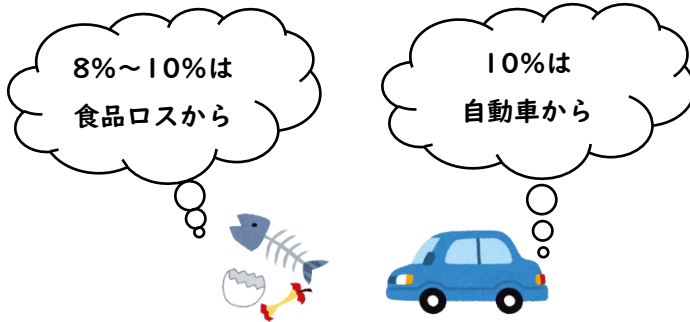


※ 国連世界食糧計画 (WFP)：飢餓のない世界を目指して活動する国連の食料支援機関

★ 食品ロスと環境

食べ残しなどの生ごみを焼却したり、埋め立てると、どうしても温室効果ガスが排出されてしまいます。実は、食品ロスから排出される温室効果ガスは自動車と肩を並べるほど多いと言われています。

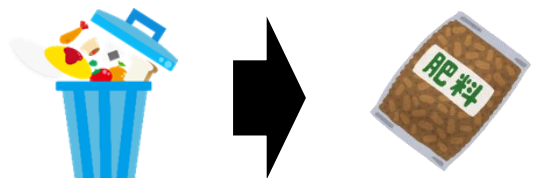
2010年～2016年に排出された温室効果ガスのうち…



参考：IPCC「気候変動と土地」

【練馬区では】

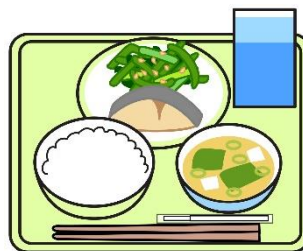
給食の残菜を回収し、肥料にする取り組みが行われています。



★ 小さなことからコツコツと!食品ロスを減らそう!



給食の準備に
すばやく取りかかる
給食を食べる時間を
できるだけ長くしよう。



盛り付けの量を
考える。
写真を目安に
調節しよう。



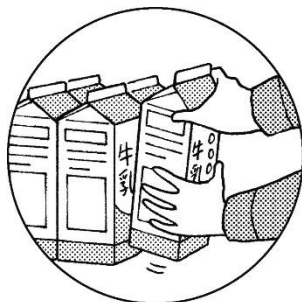
©少年写真新聞社2021

食事を残さず食べる
完食ができなくても
「食べる」という意識を
もつことが大切。



©少年写真新聞社2021

必要な分だけ買う
「買いすぎ」を防げば
お財布にも優しい。



©少年写真新聞社2021

すぐに使うなら、
手前の商品を買う
手前に置いてある商品
ほど、期限が近い。



©少年写真新聞社2021

期限表示を
正しく理解する
消費期限と賞味期限の
違いを知ろう。

【消費期限と賞味期限】

- ・ 消費期限：その日付までは安心して食べることができる。
- ・ 賞味期限：その日付までは品質が保たれている。

※ 賞味期限を過ぎてでもすぐに食べられなくなるわけではありませんが、異変(カビ・異臭・変色など)が起きていないか確認してから食べるようにしてください。

★ 残菜を減らそうプロジェクト ~残菜が少ないクラスのリクエスト給食を実施します!~

「残菜を減らす取り組み」について保健給食委員会で考えた結果、残菜調査とリクエスト給食を実施することになりました。この機会に、みなさんが「食事を残さず食べよう!」と意識をもってくれると嬉しいです!



調査期間	9月~12月(※)
調査頻度	週に1回
方法	<ul style="list-style-type: none"> ・ 栄養士が牛乳と各料理の残菜率を調べる。 ・ 残菜率に応じて、クラスごとにポイントを得る。 ・ 月末に各クラスのポイントの集計を行う。 各学年の中でポイントが最も多いクラスをリクエスト給食の対象とする。

<ポイントについて>

1つの料理につき...

残菜 5%未満	3ポイント
残菜 5%~10%	2ポイント
残菜 11%~20%	1ポイント
残菜 21%~30%	0ポイント
残菜 31%~	-1ポイント

※リクエスト給食の対象になるのは9月、10月、11月の残菜調査の結果です。